

Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Pszichológiatudomány Doktori Iskola

vezető: Prof. Dr. Oláh Attila egyetemi tanár

MAGATARTÁSPSZICHOLÓGIA PROGRAM

vezető: Prof. Dr. Bányai Éva, Professor Emeritus

SALLAY VIOLA

**KÖRNYEZETI-ÉRZELMI ÖNSZABÁLYOZÁSI FOLYAMATOK
A CSALÁDI OTTHON TERÉBEN**

DOKTORI (PhD) DISSZERTÁCIÓ

TÉZISEI

Témavezető: Dr. habil. Dúll Andrea, egyetemi docens

2014.

1. Elméleti háttér

A disszertációban bemutatott elméleti és empirikus munka fő célja, hogy kísérletet tegyen a családi otthon terében zajló, környezeti-érzelmi önszabályozás folyamatainak feltárására, felvázolja a témához kapcsolódó elméleti megfontolásokat, illetve reflektáljon a feltáró jellegű kutatás metodológiai-módszertani sajátosságaira.

Az elméleti keret ötvözi a környezetpszichológia holisztikus közelítésmódját (Dúll, 1995, 2001), az érzelmi önszabályozás, illetve a környezeti önszabályozás irodalmából származó megfontolásokat (Ochsner, Gross, 2005, Green, Malhi, 2006, Ochsner, 2006, Korpela, Hartig, Kaiser és Fuhrer, 2001, Korpela, Ylén, 2007), valamint a család és környezete rendszerszemléletét. A kutatás alapfelvetése szerint az önszabályozás és a környezethez fűződő viszony alakulása egymással szoros kölcsönhatásban járul hozzá a személyek és családok jóllétéhez: egyrészt az önszabályozás, illetve érzelemszabályozás környezeti vonatkozásai képezik az alapját a helyekhez fűződő kapcsolatunk sajátos, kognitív és érzelmi mintázatainak, másrészt a környezet megválasztása, alakítása vagy mentális használata adaptív, érzelmi-önszabályozási stratégiák alapja. E folyamatok megismerése hozzásegíthet az önszabályozás szempontjából kritikus helyzetben lévő személyek – így például krónikus betegséggel élők és családtagjaik – hatékonyabb támogatásához.

A környezetpszichológia elméleti keretében a személy-környezet tranzakció, a helykötődés és a helyidentitás fogalmi járultak hozzá a vizsgálati módszer elméleti megalapozásához és kialakításához. Ember és környezete dinamikus kölcsönhatásában (*tranzakciójában*, Werner, Altman, Oxley, 1985, Giuliani, Scopelliti, 2009) a helyek fizikai tulajdonságai nem értelmezhetők a társas vonatkozások nélkül, és fordítva, a társas viszonyok is a hely fizikai tulajdonságai mentén alakulnak. Ebben az értelemben használja az ember-környezet viszony tranzakcionális megközelítése a *szociofizikai környezet* fogalmát (Dúll, 2006). A *helykötődés* azon (többnyire nem tudatos) törekvésünk során alakul, hogy emberi létünket helyek köré, helyek mentén szervezzük (Morgan, 2010). Azokkal a helyekkel, amelyeken számos, jelentős élményt élünk át, és amelyek szükségleteink kielégülését szolgálták, hosszan tartó, jelentős érzelmi kötődést alakítunk ki (Korpela és mtsai, 2001). A helykötődés fontos elemei az idői változások, valamint a társas viszonyok, azaz mindazon személyek kapcsolatai, akik egy adott helyre (pl. a közös otthonra) vonatkozóan kollektív módon osztják a helykötődést (Dúll, 1998, 2002b). Az én-identitás szerves részét képező *helyidentitás* (Dúll, 1996, Morgan, 2010), a hellyel kapcsolatos kogníciók (emlékek, érzések, értékek, viselkedésminták) összességét tartalmazó kognitív séma, amely magában foglalja a helykötődés jelenségét is. Alapja a személy mindazon helyekkel való tapasztalata, amelyekkel valaha kötődést alakított ki, és így szerepet kaptak érzelmi egyensúlya vagy önmagához való viszonya szabályozásában (Korpela, Hartig, 1996, Sallay, Dúll, 2006). A helyidentitás tehát egy idővel gazdagodó és változó kognitív struktúra, amely egyszersmind részt vesz a személy folytonosan zajló, önszabályozó működésében (Korpela, Hartig, 1996, Korpela és mtsai, 2001).

Alapvető emberi szükséglet, hogy az élettérnek legyen valamiféle középponti helye (az otthon), és hogy ezen a helyen megélhetővé váljék a biztonság, a szabadság, a jó közérzet vagy az aktuális közérzet javulása, valamint a másokkal való pozitív interakciók (Manzo, 2003, 2005). Az otthon kiemelt fontosságú hely az emberi életút során, így lakóinak egészsége szempontjából jelentősége van az otthon rendszeres használata során alakuló önszabályozási folyamatok, a helykötődés, illetve a helyidentitás döntően pozitív vagy negatív érzelmi színezetének (Manzo, 2003, 2005, Dyck és mtsai, 2005).

A vizsgált jelenség (az otthoni önszabályozási folyamatok rendszere) nem rendelkezik dokumentált kutatási előzményekkel és kidolgozott elméleti háttérrel, ezért közelítem a folyamatokra fókuszáló, feltáró jellegű kutatási kérdéssel és ehhez illeszkedő, kontextuális-kvalitatív kutatómódszertannal. A kutatás keretül választott konstruktivista-interpretatív módszertani paradigma (Ponterotto, 2005, 2010) – a pszichológiatudományban elterjedtebb pozitívista / posztpozitívista kutatási paradigmától eltérően – a jelentésadás egyéni és társas folyamatainak vizsgálatát helyezi előtérbe, az adott kutatási kérdésre vonatkozóan. E metodológiai keretben a kutatás célja a vizsgált jelenség összefüggéseinek kontextuális feltárása, anélkül, hogy a kutató előzetes hipotézisek cáfolatára törekedne, illetve a populációra általánosítható következtetéseket keresne. Kutatásomban a vizsgálat kontextusának „teljes köre” magában foglalta a személyek és otthoni környezetük viszonyaiban zajló, tranzakcionális érzelmi-önszabályozási folyamatokat, valamint ezekkel összefüggésben a családi kapcsolatok és a krónikus betegség (epilepszia, illetve krónikus gerincfájdalom) alakulását és szabályozását az otthon terében.

2. Módszertani keret

A kutatás keretül választott konstruktivista-interpretatív módszertani paradigma a természettudományoktól örökölt pozitívista tudományfelfogás és pozitívista módszertani paradigma kritikája mentén született. A kritika egyrészt módszereit illetően, másrészt – még alapvetőbben – ontológiai-episztemológiai előfeltevései felől kérdőjelezte meg a pozitívizmus egyeduralmát a pszichológiatudományban elfogadott gondolkodásban. A különböző episztemológiai feltevések mentén kialakultak a tudományos aktivitás eltérő feltevés- és elvárásrendszerei („kutatási paradigmák”), amelyek saját rendszerüknek megfelelő metodológiával és konkrét kutatási módszerekkel közelítenek a vizsgált jelenséghez. A pszichológiatudomány színterén számon tartott paradigmák közül itt az elterjedtebb pozitívista, illetve posztpozitívista paradigmát, illetve a konstruktivista-interpretatív paradigmát ismertetem Lincoln, Guba (2000); Daly (2007), valamint Ponterotto (2005, 2010) alapján (ld. az 1. sz. táblázatot is).

- A *pozitívista / posztpozitívista* paradigmában a kutató objektivitásra törekedve igyekszik megközelíteni az igaz valóságot, ennek érdekében a kutató semleges távolságot tart a vizsgálat tárgyától. A kutatási változók (a kontextus) kontrollálására és szisztematikus eljárásra törekszik, kutatási beszámolója harmadik személyű, objektív jelentés. Célja, hogy oksági összefüggéseket tárjon fel, és a vizsgált populációra általánosítható előrejelzést adjon az adott jelenséget illetően. A posztpozitívista paradigma nagy mértékben egyezik a pozitívista paradigma elvárásrendszerével, azonban lényeges különbség, hogy a posztpozitívizmus nem feltételez egy teljességgel megismerhető, külső realitást. A kutató a torzítások elkerülése végett tudatosítja értékfelfogását és annak lehetséges megjelenését, állításait pedig nem a teljes bizonyosság, hanem valószínűségi következtetések formájában fogalmazza meg.
- A *konstruktivista-interpretatív* paradigmában a kutató eleve azt feltételezi, hogy a társas világban az interakciók és konstrukciók eredményeként sokszoros valóságok jönnek létre, amelyek egyaránt érvényesek. A kutatási folyamat is része ezeknek az interakciók és konstrukciók folyamatoknak, ezért a vizsgált valóság sem nem távoli, sem nem független a kutató személyéhez képest, hanem az észlelt, külső realitás és a szubjektív jelentésadási folyamatok összjátékában jön létre. A kutató és alanya közti interszubjektívitás és intenzív párbeszéd vezet a jelentések és a tapasztalatok

feltárásához, aminek során a kutató tudatosítja és reflektálja beállítódását, értékrendszerét, és annak szerepét a kutatás menetében.

1. sz. táblázat. Két kutatási paradigma és metodológiáik összehasonlítása Lincoln, Guba (2000) és Ponterotto (2005, 2010), valamint Ylikoski (2013) alapján

	Pozitívista / posztpozitívista módszertani paradigma	Konstruktívista-interpretatív paradigma
közös előfeltevés	- a tudományos megismerés módja és eredménye megosztható, átlátható, változást idéz elő a közösség gondolkodásában	
különbségek az ontológiai / episztemológiai előfeltevésekben	<ul style="list-style-type: none"> - a valóság törvényszerűségekkel leírható, stabil, külső tényező - az emberi beállítódások és értékek elválaszthatók a tényektől - tanult / tudományos távolságtartás a kutatás tárgyától 	<ul style="list-style-type: none"> - a valóság a személyek tudatában és interakcióiban konstruálódik - kutató és alanya között nem elérhető értékmentes távolságtartás, a kutató és alanya viszonyát az interszubjektivitás jellemzi - a tények interaktív-szubjektív folyamatok során keletkeznek
a kutatási kérdés természete	<ul style="list-style-type: none"> - mérhető változók közötti (oksági) összefüggések feltárása, - populációra vonatkozó valószínűségi tudás megszerzése 	<ul style="list-style-type: none"> - az egyéni / társas élmény és jelentésadás folyamatait vizsgálja
metodológia	<ul style="list-style-type: none"> - következetes / szisztematikus / objektív - a valóság kontrollján és manipulációján alapuló eljárások - mérés és statisztikai feldolgozás 	<ul style="list-style-type: none"> - kontextuális - a jelenséget nem fordítja át számokba - közvetlen/árnyalt (kvalitatív) adatok - a szubjektív nézőpontot elfogadja és reflektálja - rugalmas
a módszerek kritériuma	<ul style="list-style-type: none"> - objektivitás - validitás - reliabilitás 	<ul style="list-style-type: none"> - „szavahihető”: tudatosan megtervezett, átlátható, etikus - szisztematikus és újraértékelhető - „sűrű leírás” - módszertani tudatosság - reflexivitás - trianguláció (és variációi)
a kutatás célja	<ul style="list-style-type: none"> - megbízható és érvényes tudás - populációra általánosítható következtetések - előrejelzés 	<ul style="list-style-type: none"> - új irányokat és szempontokat ad a tudományos gondolkodásnak - növeli a tudatosságot az emberi viselkedés mögött húzódó jelentések és élmények tekintetében - magyarázza a jelentésalakítás társas rendszereit
az elérhető magyarázat természete	<ul style="list-style-type: none"> - oksági magyarázat (Mi az oka a jelenségnek?) 	<ul style="list-style-type: none"> - konstitutív magyarázat (Hogyan jön létre a jelenségek magyarázó ereje?)

A konstruktivista-interpretatív módszertani paradigmába illeszkedő kvalitatív kutatási stratégiát „kontextuális” természete különösen hatékonyá teszi összetett pszichoszociális jelenségek feltáró vizsgálatában. A kontextuális kutatás nem dolgozik előre szelektált és definiált változókkal. A kutatás minden változóra kiterjed, amely a jelenség feltárása során megjelenik. A kutató egymásba ágyazott rendszerek részeként tekint a vizsgálat tárgyára (Bell és mtsai, 2002), és ezen összetett adatokban keresi a folyamatok és jelentések addig feltáratlan mintázatait (Yardley, 2008).

3. Módszer

Kutatásom magvát felnőtt krónikus beteg (gerincbántalomban, illetve epilepsziában szenvedő) családdal élő családok vizsgálata alkotta¹ az „*Otthon Érzelmi Alaprajza*” félprojektív vizsgálati eljárással (OÉA, Sallay, Düll, 2006), illetve az ezt követő félig strukturált interjúval. Az eljárás kiegészítéseként kvantitatív adatfelvételt is végeztem: az interjúkat mint kvalitatív adatot kiegészítettem a személyek és családok jellemzését szolgáló kérdőíves adatokkal melyeket összevettem két másik kérdőíves adatfelvétel eredményeivel. Az így kontextusba helyezett kvantitatív adatokat is a kvalitatív elemzés egy bemenetének tekintettem, amely a személyek élményvilágának jobb megértését és árnyalt jellemzését szolgálta.

3. 1. Az OÉA-val vizsgált minta leírása

A és a kódolás során felmerülő kérdéseink kapcsán összesen 10 családból 23 felnőtt személlyel készült interjú: 13 nő és 10 férfi, életkoruk 25 és 57 év között van, két család vidéki városban él, nyolc család Budapesten. A v.sz-ek toborzása során olyan, legalább egy éve krónikus betegséggel: bármely típusú epilepsziával (4 v.sz. és családja), vagy krónikus gerincfájdalommal (6 v.sz. és családja) élő személyeket kerestünk, akik e betegségük kapcsán még nem estek át műtéten, és legalább egy felnőtt családtagjukkal egy háztartásban (közös otthonban) élnek (ld. a 2. táblázatot).

Megjegyzendő, hogy az interjúkészítés és feldolgozás során alkalmazott GT módszer útmutatásai szerint a mintavétel nem véletlenszerűség és a reprezentativitás elveit követte, hanem a kutatási kérdésből és az adatok első elemzéséből fakadó, elméleti megfontolások irányítják (ld. „elméleti mintavétel”, „theoretical sampling”, Strauss, Corbin, 1998, Charmaz, 2000, 2006). Az elméleti mintavétel lényege, hogy az első kutatási interjúk felvételével párhuzamosan elkezdődik azok feldolgozása, azaz az első kódolás is. Ilyen módon az elemzés során felmerülő további kérdések és szempontok beépülhetnek a következő interjúk vezérfonalába és további interjúalanyok megkereséséhez vezethetnek.

3. 2. Mintavétel a kvantitatív háttéradatakhoz: krónikus betegek mintája és sine morbo minta

Az interjúban részt vett vizsgálati személyek az interjúhoz kapcsolódóan kitöltöttek egy erre a célra szerkesztett kérdőívcsomagot. Annak érdekében, hogy az így felmért jellemzőket a nyerspontokból a további elemzés számára sztemderd pontértékké alakíthassam, három referencia-minta adatait elemeztem: krónikus gerincfájdalommal élők mintáját (117 krónikus

¹ A vizsgálatot az Egészségügyi Tudományos Tanács Tudományos és Kutatásügyi Bizottsága 25962-0/2010-1018EKG (1010/PI/10.) számon engedélyezte

gerincfájdalommal élő beteg), epilepsziával élők mintáját (157 epilepsziával élő beteg)², valamint egy „sine morbo” mintát³, mely 270 budapesti és pest megyei 25 és 65 év közötti heteroszexuális pár kérdőíves adatait tartalmazta.

2. táblázat A kvalitatív interjúk mintájának bemutatása

jelölése	családtag	életkor (év)	végzettség	lakóhely	mióta él ott	család leírása
1E-1	anya	27	egyéb	Budapest	18 év	3 generáció, anya egyedül, 1 kisgyermek
1E-2	nagymama	53	egyetem		18 év	
1E-3	báty	29	főiskola		18 év	
1E-4	húg	25	egyéb		18 év	
1E-5	nagypapa	53	egyetem		18 év	
1G-1	feleség	41	n.a.	Budapest	9 hónap	házaspár
1G-2	férj	43	egyetem	Budapest	9 hónap	
2E-1	feleség	27	főiskola	vidéki város	9 hónap	házaspár, 1 kisgyermek
2E-2	férj	31	főiskola		9 hónap	
2G-1	feleség	36	főiskola	Bp. agglom.	4 év	házaspár, 1 kisgyermek
2G-2	férj	37	főiskola		4 év	
3E-1	férj	28	egyetem	Budapest	3 év	együtt élő pár
3E-2	feleség	25	egyetem		3 hónap	
3G-1	feleség	35	egyetem	Budapest	6 hónap	házaspár, 2 kisgyermek
3G-2	férj	34	egyetem		6 hónap	
4E-1	lány	29	érettségi	Budapest	3,5 év	anya és felnőtt lány
4E-2	anya	57	főiskola		4 év	
4G-1	feleség	40	főiskola	Bp. agglom.	7,5 év	házaspár, 2 kisgyermek
4G-2	férj	43	egyetem		7,5 év	
5G-1	feleség	29	szakmunkás	Budapest	5 év	házaspár
5G-2	férj	32	szakmunkás		5 év	
6G-1	férj	36	egyéb	Budapest	8 év	házaspár, 1 kisgyermek
6G-2	feleség	37	egyetem		2 év	

Megjegyzés: a betegséggel érintett családtagot az 1-es sorszám jelöli (pl. 3G-1), a családban jelenlévő betegség típusát az E= epilepszia, G= gerincfájdalom, a család sorszámát az első számjegy jelzi. Bp. agglom. = Budapest agglomerációja

² Az adatfelvételek dr. Császár Noémi által a Károli Gáspár Református Egyetemen szervezett kutatócsoport munkájának keretében történtek.

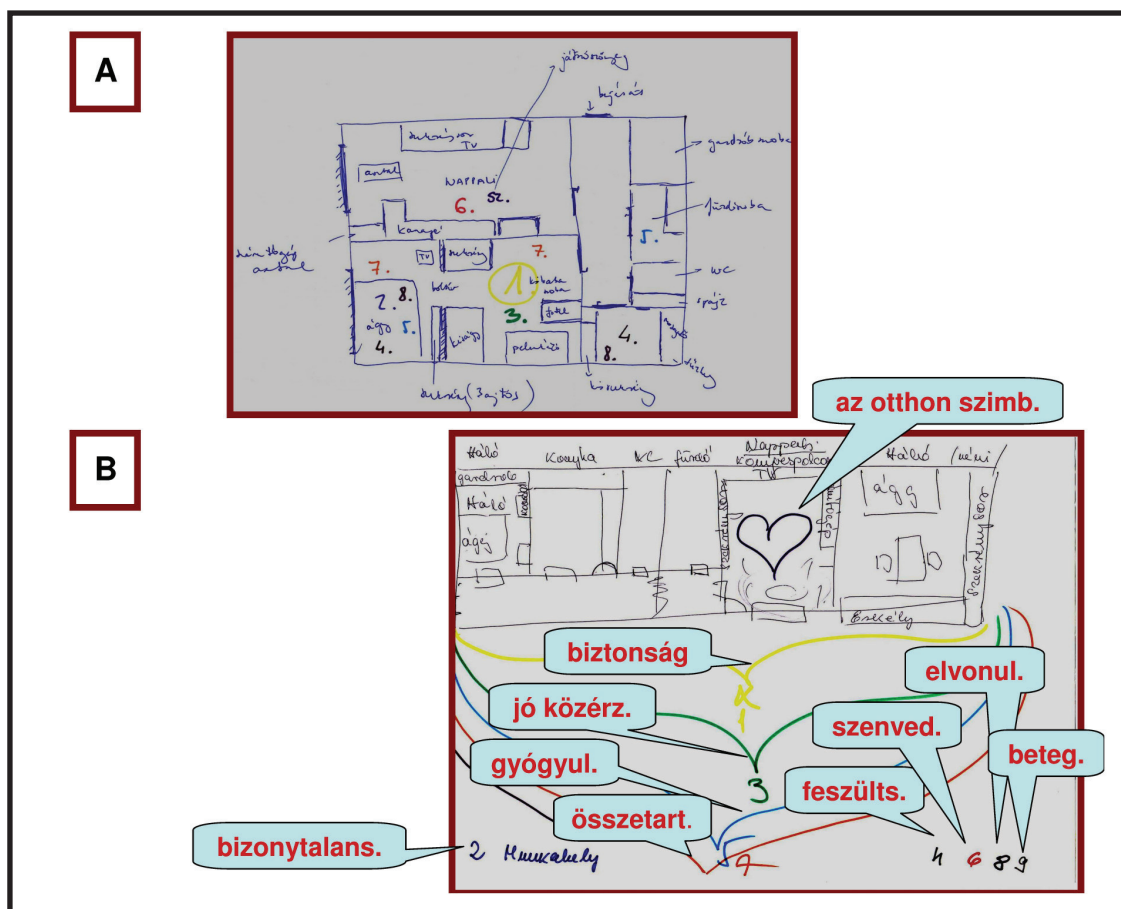
³ Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézetének kutatása keretében (kutatásvezető dr. Martos Tamás).

4. Eszközök és eljárás

4.1. Az „Otthon Érzelmi Alaprajza” interjú

Az „Otthon Érzelmi Alaprajza” módszer alapja egy családterápiás diagnosztikus eljárás, a „családi otthon rajza” (Sherman és Fredman, 1986/1989, 85. o.). A vizsgálati eljárás során az interjú a személyek korábbi otthonainak és az ott megélt érzéseinek felidézésével indul („otthon-anamnézis”), majd a vizsgálati személyek elkészítik otthonuk alaprajzát, jelölve az egyes helyiségek funkcióját és a fontosabb bútorokat. Az elkészült alaprajzra vonatkoztatva tíz érzés, illetve élmény-minőség helyének megjelölését kértem a személyektől (pl. „hol van az Ön számára a biztonság helye az otthonában?”). Az alaprajzon megjelölt minden egyes érzés helyére vonatkozóan *történeteket* kértem a vizsgálati személyektől (pl. „Milyen történetek kapcsolódnak ahhoz, ahogy Ön a konyhában biztonságot él meg?”). A kutatás konstruktivista felfogásának megfelelően, az interjúk során tág teret engedtem az egyes érzések egyéni értelmezéseinek. A forgatókönyvben a vizsgálati személyektől a (1) biztonság (2) bizonytalanság (3) jó közérzet (4) feszültség (5) gyógyulás / változás (6) szenvedés (7) összetartozás (8) elvonulás (9) betegség (10) az otthon szimbóluma helyeinek megjelölését kértem az otthon-alaprajzon (ld. az 1. ábra példáit).

1. ábra Az Otthon Érzelmi Alaprajza: két példa az egyes élmény-minőségek elhelyezésére



Megjegyzés: az „A” alaprajzon az egyes pozitív és negatív élményminőségek egyenletesen oszlanak el az otthon helyiségeiben, míg a „B” alaprajzon minden pozitív élmény a teljes otthont jellemzi, míg a negatív élmények egyáltalán nem kapnak helyet az otthonban (ld. számaikat a jobb alsó sarokban)

A személyesen felvett interjúk időtartama 43-82 perc között volt. 18 fővel az eredeti kontextusban, az otthoni környezetben vettem fel az interjúkat, három fővel a munkahelyemen (Simmelweis Egyetem), kettőjükkel pedig a saját munkahelyén. A vizsgálati személyek az interjúfelvétel után kitöltötték a kutatás kérdőívsomagját is.

4. 2. Az alkalmazott kvantitatív módszerek⁴

Élettel Való Elégedettség Skála (Satisfaction With Life Scale – SWLS, Diener, Emmons, Larsen és Griffin 1985).

Otthonnal való Elégedettség Skála (Sallay, 2003), mely Élettel való elégedettség skála otthonnal való elégedettségre adaptált változata.

Olson-féle Családteszt (OCST): (Vargha, Tóth, 2008), mely két alapvető dimenzió mentén jellemzi a családi kapcsolatokat: a kohézió mértéke, illetve a változáshoz való viszony mértéke szerint.

4. 3. A GT módszere

A GT szisztematikusan felépített, induktív logikán alapuló, elméletgeneráló eljárás, melynek során a kutató nem fogalmaz meg előzetes hipotéziseket, illetve nem dolgozik előzetes elméleti koncepciókkal, hanem arra törekszik, hogy előfeltevéseit reflektálva feltárja, megértse és értelmezze mindazt, ami a kutatás kontextusában történik (Strauss, Corbin, 1998; Charmaz, 2006, 2008). A GT szellemében végzett kutatás egy előzetes kutatási kérdéssel indul, majd a mintavétel és az adatok szisztematikus elemzése vezet a közvetlenül a kutatási adatokon (jelen értekezésben: interjúszövegeken) alapuló elmélet, az ún. „lehorgonyzott elmélet” megalkotásához. A lehorgonyzott elmélet a kvalitatív adatok (interjúszövegek) elemzése során kialakított fogalmak összefüggéseit magyarázza.

A GT módszerében alkalmazott módszertani stratégiák a következők (Charmaz, 2000):

- 1) az adatok felvétele párhuzamosan halad az elemzéssel, az elemzésben felmerülő fogalmak irányt adnak az adatfelvétel folytatásának („elmélet irányította mintavétel”, „theoretical sampling”).
- 2) A fogalmak (az absztrakció irányába haladó) többszintű, induktív kódolási folyamat („open coding” azaz „nyílt kódolás”) során alakulnak. A kutató nem előzetesen összeállított kategóriákhoz illeszti az adatokat, hanem az adatokból formál fogalmakat (kategóriákat). A kódolás során az elemzés egységét az adott szövegben felmerülő jelentés egysége adja meg – ez terjedhet néhány szótól több bekezdésig.
- 3) A kutató a kódolás és elméletfejlesztés során az „állandó összehasonlítás módszerével” („constant comparative method”) keresi a kapcsolatokat, hasonlóságokat és különbségeket a jelentések között az adatok szintjén, illetve a kódok különböző absztrakciós szintjein.
- 4) A kutató kutatási feljegyzéseket (ún. memókat) készít a folyamat minden fázisában, és ezek segítségével írja le alakuló elméleti fogalmait.
- 5) A kutatás az adatokon alapuló, az adatokat magyarázó elméleti keret megalkotásával zárul.

⁴ A kvantitatív eredmények hozzájárulását az elemzéshez részletesen ld. a disszertációban

Az interjúszövegek feldolgozása a GT módszer (Strauss, Corbin, 1998; Charmaz, 2006, 2008) előírásai szerint haladt. A témák kiemelése és összerendezése háromszintű, hierarchikus kódolási folyamat mentén történt (*nyílt, axiális és szelektív* kódok kialakítása, Strauss, Corbin, 1998, Charmaz, 2000, Hallberg, 2006). A kódolási folyamat eredményeként jött létre a háromszintű „kódfa” (ld. Függelék).

5. Eredmények

5. 1. A fő témák és a lehorgonyzott elmélet áttekintése

A 23 interjú feldolgozása során, a kódok és szövegrészek állandó összehasonlításával felépített kódok rendszeréből négy fő téma (szelektív kód) emelkedett ki. A „kódfa” (ld. Függelék) ezen a ponton elérte az elméleti telítettséget, így az elemzés befejeződött. A négy fő téma a következőképpen alakult:

- I. A múlt – jelen – jövő otthonainak belső képei (4 axiális és 15 nyílt kód)
- II. A személy az otthon tere által aktívan alakítja belső állapotait (7 axiális és 36 nyílt kód)
- III. Az otthonban megélt érzések leválnak a környezetről (4 axiális, 13 nyílt kód)
- IV. A tereket és személyeket szabályrendszerek / rituálék kötik össze (7 axiális, 33 nyílt kód)

A következőkben az első és negyedik téma kapcsán konkrét interjúidézetekkel is kiegészítem a kódok bemutatását⁵.

5. 2. I. téma: A múlt – jelen – jövő otthonainak belső képei

Az első témát összefogó első szelektív kód négy axiális kódot tartalmaz, amelyek az otthonosság érzelmi szükségletét (1. 1. axiális), az otthonosság megélésének kritériumait és ellentmondásosságát (1. 2. és 1. 4. axiális kódok), a gyermekkori és a felnőttkori otthon eltérései adta kihívásokat (1. 3. axiális) járják körül.

Az interjúalanyok beszámolóiban az otthon olyan jelentéseket nyert, amelyekkel számukra fontos szükségletek kielégítőjévé – az állandóság, az összetartozás letéteményesévé – vált („az otthonosság érzelmi szükséglete”, 1. 1. axiális kód). Huszonéves, szüleivel, testvéreivel és barátnőjével lakó férfi számára az otthon szimbóluma az a tárgy a lakásban, ami generációk és terek változásaiban is képes az állandóságot képviselni:

„ez a kredenc egészen nagymamától van, anyám szüleitől, mert ők orvosok, és asszem ez egy orvosi ilyen tároló szekrény volt. Talán. Hát az azért szimbólum, mert ott tartunk minden fontos dolgot, fontos iratokat, leveleket, szórólapokat, amiket megtartunk... Képeslapokat, amiket mindenki, akárki küldött, családtagok, barátok... mit tartunk még benne... Evőeszközt... Meg poharakat... Öö... És ott van már a kezdetek óta. '96-ban költöztünk be, és akkor odakerült, és azóta meg sem mozdítottuk. (...) tehát úgy asztal változott, itt is a mi ez, ülőgarnitúra, TV is... Sok minden változott, az ott állandó.” (IÉ-3, 402-408, 1. 1. 1. nyílt kód)

⁵ A kódfa részletesebb bemutatása idézetekkel alátámasztva a disszertációban található.

Az otthon (az állandó lakóhely, ahol laknak) azonban nem minden esetben képes kielégíteni a családtagok érzelmi szükségleteit. Ilyenkor a családtagok küzdenek a biztonság- és állandóságérzés hiányával. A harmincas éveiben járó férfi Erdélyben nőtt fel, de nyolc éve már feleségével Budapesten, panelben, albérletben él. A távolság a számára biztonságos otthontól nemcsak kilométerekben nagy, hanem az ottani (számára kedves és biztonságos) körülmények is olyan távoliak, hogy az interjúban szinte mentegetőzni kell miattuk:

„Ahol biztonságban érzem magam? (...)Hát jobb lett volna, hogy egy másik rajzot [otthon-alaprajzot] rajzoljak, s akkor abban tudnám. (...)Hát az egy L-alakú ház, de az messze van. (...)Lehet, hogy hülyeség, de a házban ott jól érzem magam, de jobban érzem magam az állatokkal, kívül.” (5G-2, 139-153, 1. 1. 4. nyílt kód)

„Az otthonosság tapasztalata” (1. 2. axiális kód) fűződhet az otthon alakításához (saját kezű építéséhez), amihez erős érzelmi szálak kapcsolódnak. A fiatal, fizikatanár nagyapa megélésében egyazon folyamatban jött létre az otthon fizikailag, az otthonosság élménye és egy személyes, alkotói identitás:

„...meg hát én nagyon aktívan részt vettem ennek a felépítésében, tehát... nem vakoltam, meg ilyesmi, de a szervezési munkákat, meg a kőművesek felügyeletétől kezdve... De hát fizikai munkát is rengeteget végeztem, tehát... Öö, igen, szóval hát az végül is az embernek, hogy mondjam, ez a... ez egy olyan... az életének egy műve, egy alkotása végül is, hát ez nem egy apró valami. Szóval, hogy mondjam, látványosabb, mint a munkám, mármint a tényleges munkám. (...) Hát a tanításnak az eredménye, az kevésbé mérhető, szóval... mint az, hogy az ember fölhúz valamit (nevet)” (1E-5, 62, 1. 2. 1. nyílt kód)

Másfajta otthonosság-tapasztalat jelenik meg azokban az elbeszélésekben, amelyek szerint az otthonosság a fizikai környezetektől szinte függetlenül a személy vagy a kapcsolatok jellemzője, amelyet a személy „visz magával” lakóhelyről lakóhelyre. Ennek az élménynek feltétele lehet egy sajátos „alkalmazkodó típusba” tartozás vagy a neveltetés:

„Én mindenhol otthon éreztem magam... mindig, mindenhol egy családi légkör volt nálunk. Én ilyen szellemben nevelkedtem... a nagyszülőkkel, úgyhogy én... én mindenhol otthon éreztem magam. És jól éreztem magam, biztonságban... mindehol...” (4E-2, 56, 1.2.3. nyílt kód)

Az interjúk visszatérő mozzanata volt, ahogy a korábbi otthonok belső képe a jelenben zajló környezeti önszabályozási folyamatok részévé vált. A családtagok számára jó érzésekkel járt, ha felnőtt otthonukban újra tudták teremteni gyermekkori otthonaiknak bizonyos elemeit („a gyermekkori otthon újrateremtése”, 1. 3. 2. nyílt kód). Az alábbi idézetben az anya fantáziájában a gyerekszoba biztos helye várrá alakul, ami mintha úgy védené őt, hogy közben el is zárja párjától, akire neheztel. Így válik az ő esetében a gyermekkori otthon képéből kiinduló helyzetértékelés (más tapasztalatokkal együtt) a párkapcsolatból való visszahúzódás alapjává, e visszahúzódás helyszíne pedig a gyerekszoba:

„Hát itt érzem magam a legjobban, ebben a szobában. Itt találom meg legjobban önmagam, meg amire vágytam. Ebben a kis, nem tudom, 3x3-as helyiségben. Kiskoromban is olyan voltam, hogy így szerettem mindig ilyen kis várakat építeni, és oda bebújtam. Ez körülbelül olyasmi volt, ez a 3x3-as szoba, mint egy kis vár.” (6G-2, 85, 2. 1. 1. nyílt kód)

5. 3. II. téma: A személy az otthon tere által aktívan alakítja belső állapotait

A második szelektív kód összefogja mindazokat az interjú-részeket, amelyekben a családtagok a konkrét otthoni környezetnek, az otthon határainak és kontrolljának jelentőséget tulajdonítanak, és az otthoni környezettel való kölcsönkapcsolatot (lakó-otthon tranzakciót) belső állapotaik aktív szabályozására használják.

A téma hét axiális kódba rendeződik, amelyek tartalmazzák a határokkal kapcsolatos műveletek variációit és kontextusait (2. 1. és 2. 2. axiális kódok, a „kizárás” mozzanatai, illetve a „határok átjárhatóvá tétele”), az otthoni kontroll helyzeteit (2. 3. axiális), az otthon visszajelző szerepének megjelenési módjait (2. 4. axiális), az érzések szempontjából kiemelt, otthoni helyek szerepét az önszabályozásban (2. 5. és 2. 6. axiális kódok), illetve az otthoni helyekhez kapcsolódó érzések idői aspektusait (2. 7. axiális).

5. 4. III. téma: Az otthonban megélt érzések leválnak a környezetről

A harmadik szelektív kód négy axiális kódja azokat az interjú-narratívumokat tartalmazza, amelyekben a családtagok otthoni érzelmi élménye különböző módokon elválik az otthoni környezet fizikai jellemzőitől, kialakításától, belső tagoltságától, a pozitív és negatív környezeti minőségektől. Ezekben az élményekben az otthonnak egyfajta „eszmei” értéke van, és mint ilyen, betölti szerepét, bármilyen konkrét formát öltson is a valóságban. Az otthon olyan teret biztosít a családtagok számára, ahol „a szenvedésről nem vesznek tudomást” (3. 1. axiális kód), illetve ahol „a negatív érzések tevékenységekkel kizárhatók” (3. 2. axiális kód). A környezettől való függetlenedés szélsőséges megélésében az otthonnak egyáltalán nincs jelentősége abban, hol és hogyan érzi magát a személy biztonságban („az érzések nem kötődnek helyhez”, 3. 3. axiális kód), illetve hogyan viseli krónikus betegségét („a betegség a családtag életét befolyásolja”, azaz nem a betegét magát, 3. 3. axiális kód).

Az interjúszövegekből kiemelkedő mintázatoknak egy karakteres ága rajzolódott azok körül a tapasztalatok körül, melyek szerint az otthon teréből az érzések negatív minősége, különösen a szenvedés, teljességgel kiszorítható. Ilyen módon az otthon a kikapcsolódás / nyugalom szigetévé válik (3. 1. 1. nyílt kód), ami jó keretet biztosít a szenvedés mentális kizárásához („megoldásához”). Ebben a megélésben az otthon egész tere egyformán vesz részt, nem tagolódik, azaz az otthoni helyek nem differenciálódnak a környezeti önszabályozásban betöltött szerepük szerint.

5. 5. IV. téma: A tereket és személyeket szabályrendszerek / rituálék kötik össze

Az elemzés központi kategóriája (a IV. szelektív kód) azokat az otthoni személy-környezet interakciókban megvalósuló kapcsolati-térhasználati szabályokat, rítusokat írja le, amelyek mentén a családtagok az otthonon belüli elvonulás, illetve közellét módjait szabályozzák (4. 1., 4. 2. és 4. 3. axiális kódok), a kapcsolati feszültségeket és az ahhoz kapcsolódó térhasználatot szabályozzák (4. 4. és 4. 5. axiális kódok), a kommunikációt szabályozzák (4. 6. axiális kód), illetve gyógyító rítusokat hoznak létre az otthon terében (4. 7. axiális kód). A központi kategória kódjai kapcsolatban állnak mindhárom, eddig bemutatott témával és azok kódjaival. A központi kategória kódjaiban kiemelt mozzanatok megmutatják, *hogyan* vesznek részt az otthon belső képei, a környezet aktív használata vagy a környezetről való leválás módjai a párkapcsolati-családi dinamikában, és *hogyan* hoznak létre kapcsolati-családi rituálékat az otthon terében.

Abban a családban (párkapcsolatban), ahol a szülőpár spontán mozgása aszerint zajlott, hogy otthoni idejüket teljes egészében egy térben töltsék, az elvonulás igénye kifejezetten a feszültségek megjelenéséhez kötődött (4. 1. 1. nyílt kód). E tapasztalattal ellentétes módon a

szülőpár nagymértékű összehangoltsága éppen a pár tagjai közti távolság fenntartását szolgálta az óvodáskorú kislányt nevelő, 2G család esetében („a család felváltva használja az otthon tereit”, 4. 1. 4. nyílt kód). A család kétszintes otthonában két fürdőszoba és két tévékészülék van, ezeket pedig a szülőpár felosztotta egymás között. Az elvonulásnak jól szabályozott rítusai vannak a családban, és az eltérő igényeknek megfelelő beosztás megteremtését a férj sikerként könyveli el:

„[A fürdőszobában] ez nem olyan elvonulás, ez ilyen kötelező. Hát ugye az ember a tisztálkodást, azt [mindig elvégzi]... A lányok használják ketten a fönti fürdőt, az olyan napfényes, kádas, kellemes, én pedig megnyertem az alsót, legalább is saját birodalmam van.” (2G-2, férj, 191, 4. 1. 4. nyílt kód)

A feleség beszámolójában megjelenik a kettejük távolodása felett érzett aggodalom is („ez egy picit rossz, mert ugye ez így, ez így szét hogyishívják”). Tévéműsor-választásaik által szabályozott, külön útjaik az otthon terében egyszerre tűnnek igényeiknek megfelelőnek, szükségesnek és egyszerre kicsit fenyegetőnek a feleség narratívumában:

„az nekem az elvonulás, amikor apa fekteti a gyereket, és akkor nekem, hát én van, hogy már fél óra múlva alszom. De szeretem, hogy akkor picit lappal befekszem az ágyba, és akkor gyorsan megnézem, hogy írt-e, mi újság van, és akkor mondjuk, ez egy óra. Tehát akkor, amikor én már egyedül. Mert nem mindig szeretnék azonos tv-műsört nézni a férjemmel. És akkor én fönt, ő lent, mondjuk, ez egy picit rossz, mert ugye ez így, ez így szét hogyishívják, de, tehát ő ugye Spektrum, National, tehát ő szereti az ismeretterjesztőket, én meg most tök hülye vagyok, de... most a Dallast nézem (...), a férjem ettől hülyét kap, kicsim, te normális vagy, te a Dallast nézed? Mondom, nem nézem, csak úgy félig, mert közben valami mást csinállok, de szóval, ezt így szeretem, akkor így van, mondom egy órák kábé, amikor... így már nincs az a nagy zsisvaj.” (2G-1, 152, 4. 1. 4. nyílt kód)

Esetükben a „váltott térhasználat” – ami az este egy részében a hálósobára is kiterjed – részben annak kapcsán alakult ki, hogy a férj segített gerincfájós feleségének ellátni a gyermeket és a háztartást, részben pedig segíthet elkerülni az intimitásuk nehézségeivel való folytonos újratálalkozást.

A házaspár egymástól való eltávolodásának, az eltérő igényeknek, és az erőteljes elvonulás-igénynek még kifejezettebb megnyilvánulása, amikor a házaspár egyik tagja „alternatív” otthonot használ (4. 1. 5. nyílt kód). A gerincproblémákkal küzdő feleség számára a pár közös döntés alapján budapesti lakást bérel, míg a család az agglomerációban lakik. Az albérlet menedékké válik a párkapcsolat megszakadását megelőző anya számára (ld. alább is, a térhasználat változásainál). Az otthon-funkciókkal bíró, nem-otthoni helyhez erős érzelmek fűzik az anyát, ami a hely megszemélyesítésében is tetten érhető az interjúban („köszönök neki”, „szegény”). Betegsége tünetei (a fájdalom) viszont soha nem jelentkeznek az albérletben.

A következő interjúszövegek arról tanúskodnak, hogy az otthonhasználat adott párra jellemző módjai mentén kapcsolati vádak keletkeznek és maradnak fenn (4. 4. 4. nyílt kód). A családtagok tapasztalatában megfigyelhető egyfajta cirkularitás az elégedetlenség-érzések áramlásában. A tárgyi környezettel való elégedetlenség (pl. a beköltöző feleség holmijának nincs helye) kapcsolati elégedetlenséget rejt (a feleség nem érzi megbecsülve magát), a kapcsolati harcok mentén létrejövő tárgyi elrendezés további (kapcsolati) elégedetlenséget, vádat szül.

„És akkor ez itt a nappali. Na ez most a méretarányok, tényleg eléggé ütősen néznek ki, de hát, ... Itt van egy kis szekrény. Az számít, hogy az én dolgaim például nem férnek el?

Mert így igazából azt kiválóan le tudnám rajzolni, hogy nem férnek el a dolgaim, és van ami már jó pár éve, amióta idejöttem, azóta is egy dobozban van. Tehát ez egy kicsit... Általában vita tárgyát is képezi. (...) és van egy szekrény, ami viszont természetesen nem az enyém [férjemé], úgyhogy kicsibe fogom rajzolni. Igen. (...) Ez egy agglegény lakása azt kell, hogy mondjam. Annak készült, és akkor így ... megváltozott egy kicsit, amióta megérkeztem én... de nem tudtam olyan gyökeresen [megváltoztatni].” (6G-1, anya, 17, 33, 45, 4. 4. 4. nyílt kód)

A férj interjúja is tartalmaz utalást arra, hogy akár felesége igényeivel szemben, szívesen magánál tartja az otthon kontrollját:

„Hát ilyen feszültség van, mert hogy anyuka mindent meg akar tartani, én meg mindent ki akarok dobni, amire nincs szükség. Ebből szokott lenni probléma, de... igazából tudjuk rendezni a ... Eldöntöm, hogy mit dobok ki, úgyhogy... (nevetés), ennyi.” (6G-1, apa, 118, 4. 4. 4. nyílt kód)

Azokban a családokban, ahol a szülőpár számára a házastársi intimitás mint gyógyító, biztonságot adó erőforrás nem volt elérhető, a szülők az intimitás-élménynek más helyet kerestek, és inkább gyermekükkel való testi közelségben tudták megélni azt („szülő és gyermeke alakít ki intim rítust”, 4. 7. 2. nyílt kód). Ezekben az esetekben az összetartozás hétköznapi rítusai, a napi rendszerességgel és ismétlődő forgatókönyvvvel visszatérő, intim és játékos, kapcsolat-erősítő találkozások is szülő és gyermeke között tudnak a leginkább megjelenni („közös hétköznapi rítusok”, 4. 7. 3. nyílt kód).

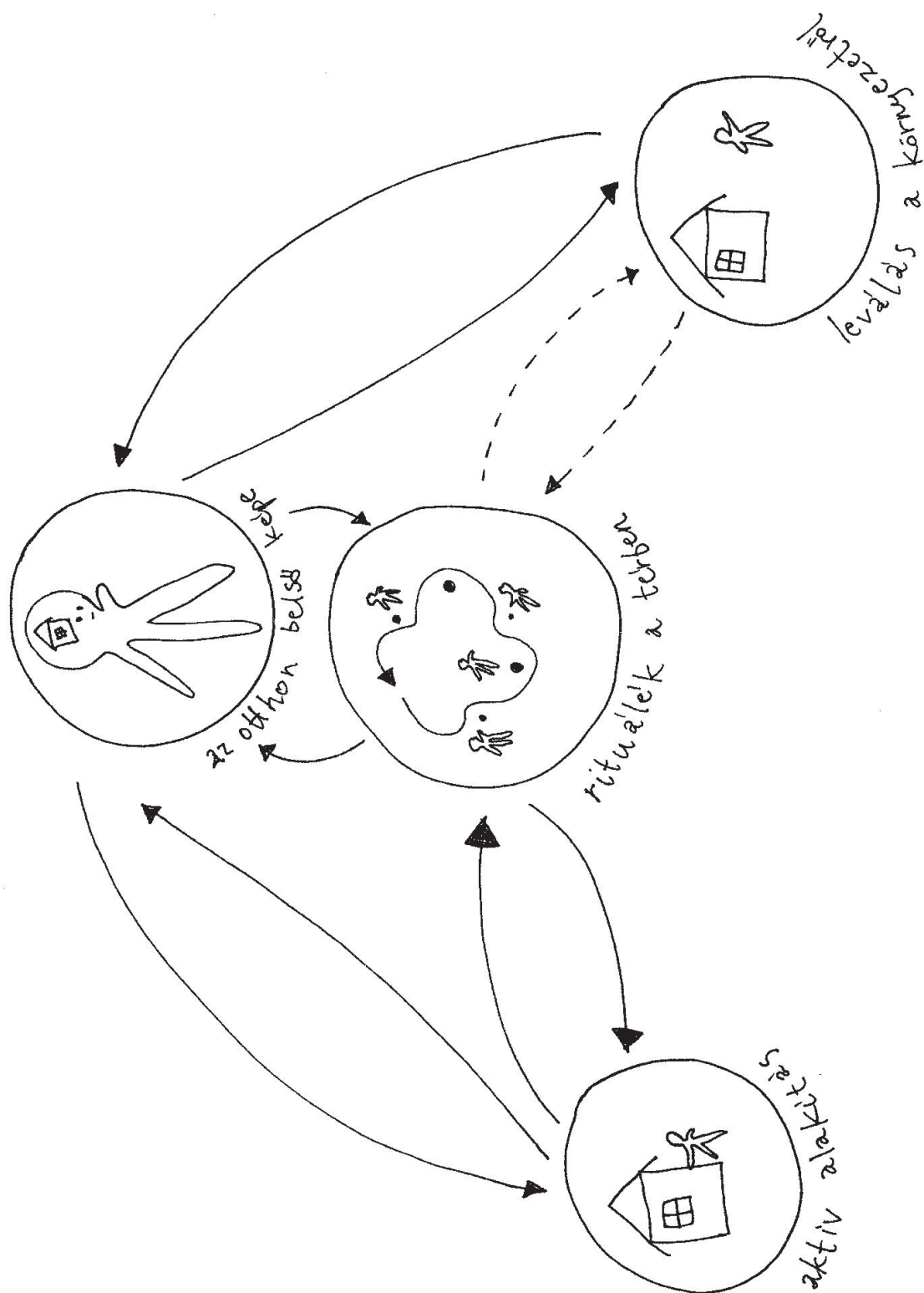
5. 6. Az interjúszövegek elemzése alapján megalkotott lehorgonyzott elmélet

A lehorgonyzott elméletet, amelyet az interjúalanyokkal, illetve az interjúszövegekkel folytatott, valós és mentális, kutatói párbeszédben fogalmaztam meg, a 2. ábrán szemléltetem. A vizsgált, családi otthonokban az otthon érzelmi terének és e térben megvalósuló környezeti önszabályozási folyamatoknak a középpontját és motorját a tereket és személyeket összekötő szabályrendszerek, illetve rituálék alkották. A modell középponti köre („rituálék a térben”) képviseli azokat a ciklikusan ismétlődő és dinamikusán változó, mindennapi rituálékat, amelyek mentén a családtagok megvalósítják egymással összehangolt, környezeti, önszabályozási stratégiáikat az otthon terében. Ezek a mentális és cselekvéses stratégiák szabályozzák a családtagok (fizikai és érzelmi) közelségét és távolságát az együttmozgások és elvonulások sajátos, adott családra jellemző otthon-koreográfiájában. E koreográfiának része a fizikai tér, a személyek, kapcsolataik és kommunikációs módjaik a térben. A rituálisan ismétlődő mozgások egyaránt létrehozhatják a biztonság és az örömteli kapcsolódás élményét, vagy hozzájárulhatnak a kapcsolati feszültségek és a helyvesztettség élményének fenntartásához.

Az otthoni, környezeti önszabályozás rituáléi megvalósulhatnak az otthon fizikai terének intenzív használatával (ezt képviseli a modellben az „aktív alakítás” köre). Azok a folyamatok tartoznak ebbe a körbe, amelyek során a családtagok belső állapotaikat és kapcsolataikat a határok meghúzásával vagy megnyitásával, az otthon kontrolljával, az otthoni helyiségek ritualizált használatával szabályozzák. Ennek alternatívájaként, egyes családok és családtagok kialakítják a környezetről való érzelmi leválás, függetlenedés fantáziáit, mint biztonságteremtő, önszabályozási stratégiát (az ábrán a „leválás a környezetről” köre).

Végül mindezen otthoni, önszabályozási folyamatok és stratégiák létrejöttében és működtetésében meghatározó szerepe van a gyermekkorban megtapasztalt, ideális vagy vágyott otthonok belső képeinek (az ábrán az „otthon belső képe” köre).

2. ábra: A lehorgonyzott elmélet



6. Megbeszélés, következtetések

6. 1. Az otthon belső képe

Az interjúk tanúsága alapján a gyermekkori otthonhoz való kötődés (hasonlóan az interperszonális kötődés jelenségéhez) az akkori hiányok mentén éppúgy erős és meghatározó lehet, mint a pozitív tapasztalatok mentén. A gyermekkori helykötődés minőségének alakításában egyaránt részt vesznek a hely fizikai adottságai, illetve a családi kapcsolatok.

Egyik lehetséges út az, hogy a személyek felnőttkori otthonukban felnőtt autonómiával és kompetenciával tudtak kontrollt gyakorolni az otthoni környezetük felett, így képesek a gyermekkori otthonban megélt hiányosságokat korrigálni. Ez a korrekciós folyamat megfelel annak az általános személyiségfejlődési modellnek is, mely az autonómia és kompetencia együttes belső tapasztalatához, illetve ennek a tapasztalatnak az aktív kereséséhez köti a személyes fejlődés történéseit és folyamatait (pl. Ryan, Deci, 2000).

A gyermekkori otthon belső képének másik hatásmódja ezzel szemben az volt, hogy a személyek több-kevesebb sikerrel próbálták újraalkotni a gyermekkori otthon általuk jelentősnek érzett jellemzőit, például a természeti környezet elérhető közelségét. Ez a jelenség a felnőtt otthonok élménye felől, retrospektív látásmódban egészíti ki, illetve rajzolja tovább azt a képet, mely a gyermekek otthonkötődéséről és otthoni, környezeti önszabályozásáról alakult ki, és amelyben fontos szerepe van a természeti környezetnek, illetve a pozitív szenzoros ingereknek (Faber Taylor, Kuo és Sullivan 2002, Wells, Evans, 2003).

6. 2. Aktív alakítás és a leválás a környezetről

A *gyermekkori otthonok belső képéhez*, illetve az otthoni környezeti önszabályozás családi szintjén megjelenő *ritusokhoz* kétféle felnőtt környezeti önszabályozási (és helykötődési) mód kapcsolódik: az „*aktív alakítás*” és a „*leválás a környezetről*” működésmódok. A helykötődés fejlődési modelljének (Morgan, 2010) fényében mindkét működésmód mögött a helykötődés egy sajátos, belső munkamodelljeit feltételezhetjük.

Az „*aktív alakítás*” tapasztalatáról beszámoló személyek kompetensen használják az otthon fizikai környezetét különböző, belső állapotaik szabályozására, és ezek az élmények számukra erős érzelmi élménnyel járnak, ami döntően pozitív színezetű, de jelen vannak erőteljes, negatív érzések is (és az annak megfelelő, negatív helykötődés).

Az otthoni önszabályozási folyamatok másik jellegzetes – az előbbivel ellentétes – módja a „*leválás a környezetről*”. Azok a személyek, akiknek beszámolójában ez a tapasztalat dominál, biztonságérzésüket a környezettől való függetlenedés fantáziáihoz kötik, életük fontos helyszíneihez való kötődésnek nem tulajdonítanak jelentőséget, sem pozitív, sem negatív érzelmi színezettel.

Morgan (2010) felveti, hogy a helykötődés jelenségének mindezidáig nem született a humán kötődés tipológiájához hasonló leírása. A jelen kutatásban felépített, empirikus alapú elméletből kiindulva javaslom az „*aktív alakítás*” és a „*leválás a környezetről*” környezeti önszabályozási módok továbbgondolását, mint lehetséges helykötődés-stílusok kidolgozásának és tesztelésének alapját.

6. 3. Rituálék a térben – családdinamikai megfontolások

A környezeti-érzelmi önszabályozási folyamatok során kialakuló térhasználat ismétlődő mintázatait (a hétköznapi rituálék) egyben kirajzolják a családi kapcsolatrendszer rejtett

dinamikáját is. Míg a családtagok explicit beszámolóí jellemzően és visszatérően az összetartozást és a feszültségmentességet hangsúlyozták a családi életükkel kapcsolatban, addig az interjúszövegekből kiemelt rituálék mentén megjelentek a Murray Bowen által triangulációként leírt, szorongásteli kapcsolódási módok is (ld. Nichols, 2003, Carr, 2006).

A vizsgálatban feltárt környezeti-önszabályozási folyamatok megmutatták, hogy a kérdezett családokban a térhasználati rituálék hogyan szolgálták a családtagok érzelmi biztonságát, akár a trianguláció, a fúzió, illetve szimbiózis fenntartásának árán is. Az ilyen módon kialakuló és fennmaradó térhasználat azért is érdemel kiemelt figyelmet, mert e folyamatok mentálhigiénés szempontból sérülékennyé tehetik a családtagokat, különösen a krónikus betegséggel élőket, illetve a családban nevelkedő gyerekeket.

6. 4. Otthon, egészség és betegség

Egészségpszichológiai megközelítésben a mentális és fizikai egészség állapotára az ágencia (agency) és a bensőséges közösség (communion) tapasztalatának egyensúlya jellemző (Pisani, McDaniel, 2005, McAdams, 2009). A lehorgonyzott elméletben megjelenő környezeti-önszabályozási módok közül a „leválás a környezetről” az interjúk alapján inkább jár a környezettel kapcsolatos ágencia feladásával, illetve egyes esetekben az ideális családi kapcsolatok, a bensőséges közösség hangsúlyozása jellemzi, a negatív érzések mellőzésével. Az „aktív alakítás” mint környezeti-önszabályozási mód ágenciát jelenít meg a belső állapotok és az otthon terének alakításában, a személy-környezet tranzakció folyamatain keresztül.

6. 5. Összegzés

A kutatás hozadéka egyfelől az interjúszövegek elemzése során megalkotott lehorgonyzott elmélet, és az ennek alapján javasolható elméletfejlesztés. Például a helykötődés megalkotandó tipológiájának előképe lehet az otthoni környezeti önszabályozás kétféle mintázata, az „aktív alakítás” és a „leválás a környezetről”. Az eredmények másfelől árnyalt szempontokkal szolgálhatnak a krónikus betegekkel és családjaikkal foglalkozó szakemberek számára a gyógyulási folyamatok segítésében. A lehorgonyzott elmélet középponti kategóriája („rituálék a térben”) megmutatja a vizsgált családi otthon terében zajló önszabályozási folyamatok tranzakcionális mintázatait.

Hivatkozások

- Bell, I. R., Caspi, O., Schwartz, G. E. R., Grant K. L., Gaudet, T. W., Rychener, D., Maizes, V., Weil, A. (2002). Integrative medicine and systemic outcomes research: break issues in the emergence of a new model for primary health care. *Archives of International Medicine*, 162, 133-140.
- Carr, A. (2006) *Family Therapy. Concepts, Process and Practice*. New York: Wiley
- Charmaz, K. (2000). Grounded Theory Methodology: Objectivist and Constructivist Qualitative Methods. In: Denzin, N. K., Lincoln, Y (Eds). *Handbook of Qualitative Research 2nd ed.* (pp. 509-535), Thousand Oaks: Sage.
- Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory. A practical guide through qualitative analysis*. London: Sage.
- Charmaz, K. (2008). Grounded Theory. In: Smith, J. A. (Ed.). *Qualitative Psychology. A Practical Guide to Research Methods*. London: Sage.
- Daly, K. J. (2007). *Qualitative methods for family studies and human development*. London: Sage.

- Diener E., Emmons R. A., Larsen R. J., Griffin S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Dúll, A. (1995). Az otthon környezetpszichológiai aspektusai, *Magyar Pszichológiai Szemle*, 35, 345-377.
- Dúll, A. (1996). A helyidentitásról, *Magyar Pszichológiai Szemle* 36. 363-391.
- Dúll, A. (1998). *Hétköznapi otthoni rutinok környezetpszichológiai vizsgálata. Ph. D. disszertáció.* Budapest: ELTE
- Dúll, A. (2001). A környezetpszichológia története. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 56. 287-328.
- Dúll, A. (2002). Kísérlet egy tranzakcionális környezetpszichológiai fogalom operacionalizálására: a lakó-otthon összeállítás empirikus vizsgálata I. A kutatás elméleti háttere. *Pszichológia* 22. 57-106.
- Dúll, A. (2006). Környezetpszichológia: szemlélet, elmélet és alkalmazás. In Bagdy E., Klein S. (szerk.) *Alkalmazott pszichológia*. (pp. 160-187.), Edge 2000, Budapest.
- Dyck, I., Kontos, P., Angus, J., McKeever, P. (2005). The home as a site for long-term care: meanings and management of bodies and spaces. *Health and Place*, 11. 173-185.
- Faber Taylor, A., Kuo, F. E., Sullivan, W. C. (2002). Views of nature and self-discipline: Evidence from inner city children. *Journal of Environmental Psychology*, 22, 49-63.
- Green, M. J., Malhi, G. S. (2006). Neural mechanisms of the cognitive control of emotion. *Acta Neuropsychiatrica*, 18, 144-153.
- Hallberg, L. R-M. (2006). The “core category” of grounded theory: Making constant comparisons. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 1, 141-148.
- Korpela, K., Hartig, T. (1996). Restorative qualities of favorite places. *Journal of Environmental Psychology*, 16, 221-233.
- Korpela, K. M., Hartig, T., Kaiser F. G., Fuhrer, U. (2001). Restorative experience and self-regulation in favorite places. *Environment and Behavior*, 33, 572-589.
- Korpela, K. M., Ylén, M. (2007). Percieved health is associated with visiting natural favorite places in the vicinity. *Health and Place*, 13, 138-151.
- Lincoln, Y. S., Guba, E. G. (2000). Paradigmatic controversies, contradictions, and emerging confluences. In Denzin, N. K., Lincoln, Y. S. (Eds). *Handbook of Qualitative Research*, 2nd edition. (pp. 163-188.), London: Sage.
- Manzo, L.C. (2003). Beyond house and haven: Toward a revisioning of emotional relationships with places. *Journal of Environmental Psychology*, 23, 47-61.
- Manzo, L. C. (2005). For better or worse: Exploring multiple dimensions of place meaning. *Journal of Environmental Psychology*, 25, 67-86.
- McAdams, D. P., Josselson, R., Lieblich, A. (2006). *Identity and story: Creating self in narrative*. Ney York: APA Books.
- Morgan, P. (2010). Towards a developmental theory of place attachment. *Journal of Environmental Psychology*, 30, 11-22.
- Nichols, W. C. (2003) Family-of-origin treatment. In Sexton T L., Weeks, G R., Robbins, M S. (Eds) *Handbook of Family Therapy*, 93-114. New York: Routlege
- Ochsner, K. N. (2006): Characterizing the functional architecture of affect regulation: emerging answers and outstanding questions. In: Caccioppo, J. T., Visser, P. S. Pickett, C. (Eds.). *Social Neuroscience: People thinking about thinking people*. (pp. 445-468.), Cambridge: MIT Press.
- Ochsner, K. N., Gross, J. J. (2005). The cognitive control of emotion. *Trends in Cognitive Sciences*, 9, 242-248.

- Pisani and Susan H. McDaniel (2005). An Integrative Approach to Health and Illness in Family Therapy. In Lebow, J. L. (Ed) *Clinical Family Therapy*, 569-590. Hoboken: Wiley& Sons.
- Ponterotto, J. G. (2005). Qualitative research in counseling psychology: A primer on research paradigms and philosophy of science. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 126–136.
- Ponterotto, J. G. (2010). Qualitative Research in Multicultural Psychology: Philosophical Underpinnings, Popular Approaches, and Ethical Considerations. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 16, 581–589.
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Sallay, V. (2003). *A boldogság és a boldogtalanság otthona: az otthonhoz fűződő érzelmi viszony környezetpszichológiai vizsgálata az otthon érzelmi térképének segítségével. Műhelymunka.* Budapest: ELTE PPK Általános és Kísérleti Pszichológia Tanszék.
- Sallay, V., Dúll, A. (2006). „Érezd magad otthon!” Az otthonhoz fűződő viszony projektív környezetpszichológiai vizsgálata. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 61, 35-52.
- Sherman, R., Fredman, N. (1986/1989). *Strukturális technikák a pár- és családterápiában.* Budapest: Magyar Pszichiátriai Társaság.
- Strauss, A., Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques.* Thousand Oaks: Sage.
- Vargha A., Tóth, M. (2008). Az Olson-féle családteszt magyar adaptációja. In Bagdy E., Mirnics Zs., Vargha A. (szerk.) *Egyén – pár – család.* (pp. 288-309.), Budapest: Animula.
- Wells, N. M., Evans, G. W. (2003). Nearby nature. A buffer of life stress among rural children. *Environment and Behavior*, 35, 311-330.
- Werner, C., Altman, I., Oxley, D. (1985). Temporal aspects of homes. A transactional perspective. In: Altman, I., Werner, C. (Eds.). *Home Environments.* (pp. 1-32.), New York: Plenum Press.
- Yardley, L. (2008). Demonstrating validity in qualitative psychology. In Smith, J. A. (Ed.). *Qualitative Psychology. A Practical Guide to Research Methods.* (pp. 235-251.), London: Sage.
- Ylikoski, P. (2013). Causal and Constitutive Explanation Compared. *Erkenntnis*, 78, 277-297.

Függelék: A kódfa

I.	A múlt – jelen – jövő otthonainak belső képei	szelektív
1. 1.	Az otthonosság érzelmi szükséglete	axiális
1. 1. 1.	Az otthon az állandóság	nyílt
1. 1. 2.	Az otthon összetartozást és identitás	nyílt
1. 1. 3.	Az otthon enyhülés a betegségben	nyílt
1. 1. 4.	Küzdelem az otthontól való érzelmi távolsággal	nyílt
1. 2.	Az otthonosság tapasztalata	axiális
1. 2. 1.	Tulajdon és alakítás	nyílt
1. 2. 2.	Tágabb környezet és idő	nyílt
1. 2. 3.	Neveltetés és személyiség	nyílt
1. 2. 4.	Otthonosság a kapcsolatokban	nyílt
1. 2. 5.	Az otthon fizikai adottságai	nyílt
1. 3.	A gyermekkori otthon tapasztalata	axiális
1. 3. 1.	A gyermekkori és felnőtt otthon különbsége elbizonytalanít	nyílt
1. 3. 2.	A gyermekkori otthon újrateremtése	nyílt
1. 3. 3.	A gyermekkori otthon hiányait a felnőtt otthon ellensúlyozza	nyílt

1. 4.	Ellentmondások az otthon tapasztalatában	axiális
1. 4. 1.	Egy vágyott otthon árnyékában	nyílt
1. 4. 2.	A jóban is elégedetlenség és hiány	nyílt
1. 4. 3.	Ragaszkodás a zavarok közepette	nyílt
II.	A személy az otthon tere által aktívan alakítja belső állapotait	szelektív
2. 1.	A kizárás / határhúzás folyamatai	axiális
2. 1. 1.	Egyedül magára zárja az ajtót	nyílt
2. 1. 2.	A tevékenység húz határt	nyílt
2. 1. 3.	A határhúzás teremt meghittséget	nyílt
2. 1. 4.	Ketten kizárnak egy harmadikat	nyílt
2. 1. 5.	Az otthoni rendetlenség kizárása	nyílt
2. 1. 6.	A kapcsolati bizonytalanság / feszültség kizárása	nyílt
2. 1. 7.	A veszélyes / egészségtelen külvilág kizárása	nyílt
2. 1. 8.	Az otthon kizárása	nyílt
2. 2.	A határok átjárhatóvá tétele: beengedés és kilépés	axiális
2. 2. 1.	A belső határok átlépése	nyílt
2. 2. 2.	A szomszédság támogat vagy frusztrál	nyílt
2. 2. 3.	Az otthonhoz tartozás kitágul	nyílt
2. 2. 4.	A biztonság külső személyhez fűződik	nyílt
2. 2. 5.	Az otthoni helyhasználatot külső konfliktusok zavarják	nyílt
2. 2. 6.	Kapcsolat az otthon körüli világgal	nyílt
2. 2. 7.	A környező természet pozitívan hat	nyílt
2. 2. 8.	Spirituális „csatornák” az otthon terében	nyílt
2. 3.	Az otthoni kontroll egyensúlyt ad	axiális
2. 3. 1.	Az otthon elvárásmentes tér	nyílt
2. 3. 2.	Megnyugtató rítusok	nyílt
2. 3. 3.	A tünetekkel való megküzdés otthoni helye	nyílt
2. 3. 4.	A tünetekkel kontrollvesztés jár	nyílt
2. 3. 5.	Veszélyes helyek az otthonban	nyílt
2. 3. 6.	Az előző / következő generáció kontrollja	nyílt
2. 4.	Az otthon tere visszajelez	axiális
2. 4. 1.	Az otthon emlékeztet sikerre és sikertelenségre	nyílt
2. 4. 2.	Az otthon alakítása pozitív érzésekkel jár	nyílt
2. 4. 3.	Változtatási törekvések	nyílt
2. 4. 4.	A cselekvések öröme kikezdi az elvárások	nyílt
2. 4. 5.	Az otthon ideiglenessége	nyílt
2. 5.	Helyhez kötődő intenzív érzések	axiális
2. 5. 1.	Szenvedés és jóllét a konyhában	nyílt
2. 5. 2.	Biztonságérzés és szenvedés a hálósobában	nyílt
2. 5. 3.	A gyerekszoba regresszív szülői fantáziákat hív	nyílt
2. 5. 4.	Biztonságérzés és feszültség a bejárat „határterületein”	nyílt
2.6.	Pozitív és negatív töltésű érzések elkülönült helyei	axiális
2. 6. 1.	Egybenített vagy elkülönülő terek	nyílt
2. 6. 2.	Fent-lent különbségek	nyílt
2. 6. 3.	A belső ajtók nyitottsága / zártsága	nyílt
2. 7.	Az otthonban megélt érzések ciklikusan változnak	axiális
2. 7. 1.	A helyek érzelmi jelentése ciklikusan változik	nyílt
2. 7. 2.	Az érzések vándorolnak a helyek között	nyílt

III.	Az otthonban megélt érzések leválnak a környezetről	szelektív
3. 1.	A szenvedésről nem vesznek tudomást	axiális
3. 1. 1.	Az otthon a kikapcsolódás / nyugalom szigete	nyílt
3. 1. 2.	„Megoldandó problémák”	nyílt
3. 2.	A negatív érzések tevékenységekkel kizárhatók	axiális
3. 2. 1.	A beteg nem vesz tudomást a betegségről	nyílt
3. 2. 2.	A beteg családtag szolgálata	nyílt
3. 2. 3.	Megküzdés a betegséggel	nyílt
3. 3.	A betegség a családtag életét befolyásolja	axiális
3. 3. 1.	A beteg szenvedésére inkább a családtag figyel	nyílt
3. 3. 2.	A családtag figyelme saját állapotára irányul	nyílt
3. 4.	Az érzések nem kötődnek helyhez	axiális
3. 4. 1.	Szenvedés bárhol megjelenhet	nyílt
3. 4. 2.	Az otthon terének nincs jelentősége	nyílt
3. 4. 3.	Az otthon pozitív érzésekkel telített	nyílt
3. 4. 4.	Az érzések a kapcsolatokról származnak	nyílt
3. 4. 5.	Érzésekkel telített helyek az otthonon kívül	nyílt
3. 4. 6.	A belső állapotok nem köthetők helyhez	nyílt
IV.	A tereket és személyeket szabályrendszerek / rituálék kötik össze	szelektív
4. 1.	Az otthonon belüli elvonulás téri / idői rítusai	axiális
4. 1. 1.	Elvonulás kapcsolati feszültség esetén	nyílt
4. 1. 2.	Békés, „konstruktív” elvonulás	nyílt
4. 1. 3.	Elkülönülés és együttlét	nyílt
4. 1. 4.	A család felváltva használja az otthon tereit	nyílt
4. 1. 5.	Alternatív otthon	nyílt
4. 2.	Rituális közelségkeresés, érzelmi távolságokkal	axiális
4. 2. 1.	Együttmozgás – érzések elrejtésével	nyílt
4. 2. 2.	Együttmozgás – a jelentések eltérnek	nyílt
4. 2. 3.	Az együttlétből hiányzik az intimitás	nyílt
4. 2. 4.	Nehéz érzések a közös térben	nyílt
4. 2. 5.	A kapcsolati feszültségek jelentéktelenek	nyílt
4. 3.	A közelség-távolságot a gyermekek igényei szabályozzák	axiális
4. 3. 1.	A gyerekek összehozzák a párt / családot	nyílt
4. 3. 2.	A szülőpár külön alszik a gyermekek miatt	nyílt
4. 3. 3.	A szülőpár felváltva van a gyermek mellett	nyílt
4. 4.	Az otthonhasználat módjai fenntartják a kapcsolati feszültséget	axiális
4. 4. 1.	Területfoglalás térhasználattal	nyílt
4. 4. 2.	Visszahúzódás riasztó viselkedéstől / tünettől	nyílt
4. 4. 3.	Ütköző igények az otthon terében	nyílt
4. 4. 4.	Vádak az otthonhasználat módjai mentén	nyílt
4. 4. 5.	Feladat-leosztások az otthon terében	nyílt
4. 4. 6.	Elvárások és csalódások az otthon terében	nyílt
4. 5.	A térhasználat nevesített és valóságos szabályai	axiális
4. 5. 1.	A dolgozó szeparált használata módosul	nyílt
4. 5. 2.	A gyerekszoba használata változik	nyílt
4. 5. 3.	A szülői háló használata átalakul	nyílt
4. 5. 5.	A hiányzó intimitásnak új helyet keresnek	nyílt

4. 6.	A kimondás / kimondatlanság rítusai az otthonban	axiális
4. 6. 1.	Kimondatlan összhangban mozog a pár	nyílt
4. 6. 2.	A nehéz érzéseknek nem adnak hangot	nyílt
4. 6. 3.	Egy családtag kimondja a feszültséget	nyílt
4. 6. 4.	A családi megbeszélések rítusai	nyílt
4. 6. 5.	A kapcsolati feszültség idejének / helyének rítusai	nyílt
4. 7.	A gyógyító, feltöltődést adó kapcsolat rítusai	axiális
4. 7. 1.	A pár intim együttléte regenerál	nyílt
4. 7. 2.	Szülő és gyermeke alakít ki intim rítust	nyílt
4. 7. 3.	Közös hétköznapi rítusok	nyílt
4. 7. 4.	Közös ünnepi rítusok	nyílt

Saját publikációk és előadások

A disszertáció témájához kapcsolódó publikációk:

Folyóiratcikkek

Tomcsányi, T., Sallay, V., Szabó, T., Kiri E., A, Csáky-Pallavicini, K., Horváth-Szabó K., Martos T. (2014) Spiritualität in der psychodramatischen Praxis: Eine qualitative Analyse der Erfahrungen ungarischer PsychotherapeutInnen. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie*, 13, 27-50.

Martos T., Sallay V., Nistor M., Józsa P. (2012) Párkapcsolati megküzdés és jóllét – a Páros Megküzdés Kérdőív magyar változata. *Psychiatria Hungarica*, 27, 446-458.

Sallay V. (2008) Az önmagunkra találás helyei: környezeti önszabályozás az elmélet és a kutatás tükrében. *Alkalmazott Pszichológia*, 10. 3-4. 145-161.

Sallay V., Dúll A. (2006). „Érezd magad otthon!” Az otthonhoz fűződő viszony projektív környezetpszichológiai vizsgálata. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 61. 1. 35-52.

Könyvfejezet, tankönyvfejezet

Sallay V., Martos T. (2013) Transzgenerációs kapcsolatrendszerek szobrai. In Ittész G. (szerk.) *Cura mentis – salus populi: Mentálhigiéné a társadalom szolgálatában: Ünnepi kötet Tomcsányi Teodóra 70. születésnapjára / Festschrift für Teodóra Tomcsányi zum 70. Geburtstag*, 259-273. Budapest: Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézet

Martos T., Sallay V. (2012) A rendszerszemléletű családkonzultáció és a segítő beszélgetés lehetőségei a gyermekszületés körüli időszakban. In: Török Sz., Kun J. (szerk.) *Fejezetek a laktációs szaktanácsadó képzés törzsanyagához*. Budapest: Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézet, . pp. 191-205.

Konferenciaelőadások (hazai és nemzetközi)

Sallay, V., Martos, T., Császár, N., Kováts, D., Békés, J., Dúll, A. (2013) Emotional Map of the Home Interview: Research and Practice. In: *8th Congress of the European Family Therapy Association. Abstract Book*, p. 90 . Istanbul, Törökország, 2013.10.24-2013.10.27.

Sallay V., Császár N., Kováts D., Békés J., Dúll A. (2012) A pszichoszociális állapot és az otthon terében zajló önszabályozási folyamatok mérése kvantitatív és kvalitatív mérőeszközök kombinációjával, krónikus betegséggel élők körében. In: Vargha A. (szerk.) *A tudomány emberi arca: A Magyar Pszichológiai Társaság XXI. Országos Tudományos Nagygyűlése : Kivonatkötet*, p. 168. Szombathely, Magyarország, 2012.05.30-2012.06.01.

Tomcsányi, T., Sallay, V., Martos, T., Ittész, A., Szabó, T., Török, P. (2011) Spirituality of Helping and Non-Helping Professionals.: Quantitative and Qualitative Approaches. In: *10th Conference of the European Association for the Study of Religions (EASR): New Movements in Religion. Theories and Trends*. p. 76. Budapest, Magyarország, 2011.09.18-2011.09.22.

Sallay V., Császár N., Kováts D., Békés J., Dúll A. (2010) *Krónikus betegséggel élők pszichoszociális állapotfelmérése kvantitatív és kvalitatív mérőeszközök kombinációjával*. Előadás a Magyar Pszichológiai Társaság XIX. Nagygyűlésén, Pécs, 2010. május 28-30.

Sallay V., Dúll A., Brózik P., Kántor Á. (2008) *Módszertani lehetőségek az otthonhoz fűződő viszony kontextuális kutatásában*. Előadás a Magyar Pszichológiai Társaság XVIII. Nagygyűlésén, Nyíregyháza, 2008. május 26-28.

Sallay V., Dúll A. (2006). *Az otthonhoz fűződő viszony képei és narratívumai: egy projektív, környezetpszichológiai szempontú vizsgálatsorozat eredményei*. Előadás a Magyar Pszichológiai Társaság XVII. Nagygyűlésén, Budapest, 2006. május 25-27.

Sallay V., Dúll A., Túry F. (2005) *Az otthonhoz fűződő viszony projektív, környezetpszichológiai szempontú vizsgálata családos személyeknél*. Előadás a Magyar Családterápiás Egyesület XIX. Vándorgyűlésén, Szombathely, 2005. április 1-3.

Sallay V., Dúll A. (2004). *A „boldogság és a boldogtalanság otthona”: az otthonhoz fűződő viszony projektív, környezetpszichológiai vizsgálata*. Előadás a Magyar Pszichológiai Társaság XVI. Nagygyűlésén, Debrecen, 2004. május 27-29.

Poszterelőadás

Tomcsányi, T., Sallay, V., Martos, T. Szabó, T. Jáki, Zs. (2011). Spirituality and Psychotherapeutic Praxis - Qualitative Analysis of Hungarian Psychotherapists' Experience. *Poszterelőadás a Nemzetközi Valláspszichológiai Társaság (International Association for the Psychology of Religion) konferenciáján*, 2011. Augusztus 21 – 25., Bari, Olaszország

Egyéb publikációk:

Folyóiratcikkek

Tomcsányi, T., Török, G., Csáky-Pallavicini, R., Ittész, A., Sallay, V., Martos, T., Török, P. (2013) An Ecumenical, Interdisciplinary, and Integrating Specialization Program in Pastoral Counseling in East Central Europe. *Journal of Psychology and Theology* 41, 62-77.

Martos, T., Sallay, V., Kézdy, A. (2013) Everyday goals, religious motivations, and well-being: the mediating role of emotions. *Studia Psychologica* 55, 221-227.

Könyvfejezet

Sallay V. (2012) Elsődleges nem homeosztatisz szükségletek: az utódgondozás motivációja. In Bányai É., Varga K. (szerk.) *Affektív pszichológia: Az emberi késztetések és érzelmek világa*. 199-214. Budapest: Medicina